

Aderezo estilo Sur de la Frontera

Sirve: 16 porciones

Ingredientes

1 taza crema (tipo "sour cream"), sin grasa

1 taza yogur natural, sin grasa

1 taza salsa

Preparación

1. Mezcle la crema, yogurt y la salsa.
2. Guarde el aderezo en un recipiente cubierto si usted no piensa consumirlo inmediatamente.
3. Manténgalo en el refrigerador hasta que lo sirva.

Nota: Sirva con tostadas, galletas saladas, o bocadillos de verdura.

Notas

Origen: Pennsylvania Nutrition Education Program, Pennsylvania Nutrition Education Network Website Recipes

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	25
Grasa total	0 g
Grasa saturada	0 g
Colesterol	5 mg
Sodio	85 mg
Total de Carbohidrato	5 g
Fibra dietética	0 g
Azúcares totales	2 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	1 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible